



# Ementa

## Semana de 14/02/2022 a 18/02/2022

### Segunda-feira

14/02/2022

Sopa: Creme de legumes

Prato: Bifinhos de frango com cogumelos e massa fussili

Salada: Cenoura, curgete e ervilhas

Sobremesa: Laranja, pêra e maçã /Fruta assada

### Terça-feira

15/02/2022

Sopa: Espinafres

Prato: Lombo de salmão no forno com ervas aromáticas, batata e feijão-verde cozidos

Salada: Alface, couve-roxa e milho

Sobremesa: Maçã, banana e tangerina

### Quarta-feira

16/02/2022

Sopa: Feijão-branco com couve lombarda

Prato: Chili com arroz branco

Salada: Couve, brócolos e cenoura

Sobremesa: Pêra, kiwi e laranja

### Quinta-feira

17/02/2022

Sopa: Creme de couve-flor e cenoura

Prato: Massinha de peixe

Salada: Tomate, beterraba e pepino

Sobremesa: Tangerina, maçã e banana

### Sexta-feira

18/02/2022

Sopa: Macedónia de legumes

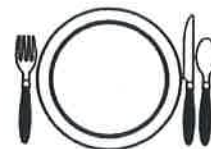
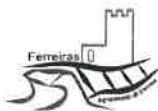
Prato: Jardineira de novilho com macedónia de legumes

Salada: Tomate, pimento e curgete

Sobremesa: Pêra, kiwi e maçã

24/02/2022  
Victor Ferraz

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**



# Ementa

## Semana de 21/02/2022 a 25/02/2022

### Segunda-feira

21/02/2022

Sopa: Espinafres

Prato: Douradinhos no forno com arroz de feijão

Salada: Alface, pepino e tomate

Sobremesa: Maçã, pêra e laranja

### Terça-feira

22/02/2022

Sopa: Feijão-verde

Prato: Ovos mexidos com salsichas e massa fustili

Salada: Couve lombarda, cenoura e curgete

Sobremesa: Maçã, tangerina e kiwi /Fruta cozida

### Quarta-feira

23/02/2022

Sopa: Saloia

Prato: Robalo grelhado com batata cozida

Salada: Cenoura, ervilhas e feijão-verde

Sobremesa: Banana, maçã e pêra

### Quinta-feira

24/02/2022

Sopa: Sopa da Horta

Prato: Coxa de peru no forno com massa esparguete

Salada: Alface, couve – roxa e couve em juliana

Sobremesa: Pêra, tangerina e maçã

### Sexta-feira

25/02/2022

Sopa: Creme de feijão-verde

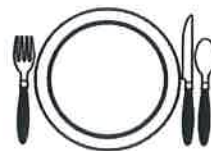
Prato: Feijoada de choco

Salada: Beterraba, cenoura e tomate

Sobremesa: Laranja, pêra e banana

24/02/2022  
Vitor Ferraz

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**



# Ementa

## Semana de 28/02/2022 a 04/03/2022

### Segunda-feira

28/02/2022

Sopa: Abóbora com massinhas

Prato: Almôndegas de aves com massa esparguete

Salada: Couve-roxa, alface e tomate

Sobremesa: Maçã, pêra e laranja

### Terça-feira

01/03/2022

## Carnaval



### Quarta-feira

02/03/2022

Sopa: Espinafres

Prato: Solha frita com arroz de tomate

Salada: Beterraba, couve-roxa e tomate

Sobremesa: Banana, maçã e pêra

### Quinta-feira

03/03/2022

Sopa: Creme de ervilhas

Prato: Mista de Carne grelhada com massa fussili

Salada: Feijão-verde, ervilhas e cenoura

Sobremesa: Pêra, tangerina e maçã

### Sexta-feira

04/03/2022

Sopa: Creme de brócolos com feijão-branco

Prato: Maruca cozida com batata, cenoura e feijão-verde

Salada: Alface, couve-roxa e milho

Sobremesa: Laranja, pêra e banana /Fruta cozida

24/03/2022  
Vista  
Ferreiras

**EMENTA SUJEITA A ALTERAÇÕES**